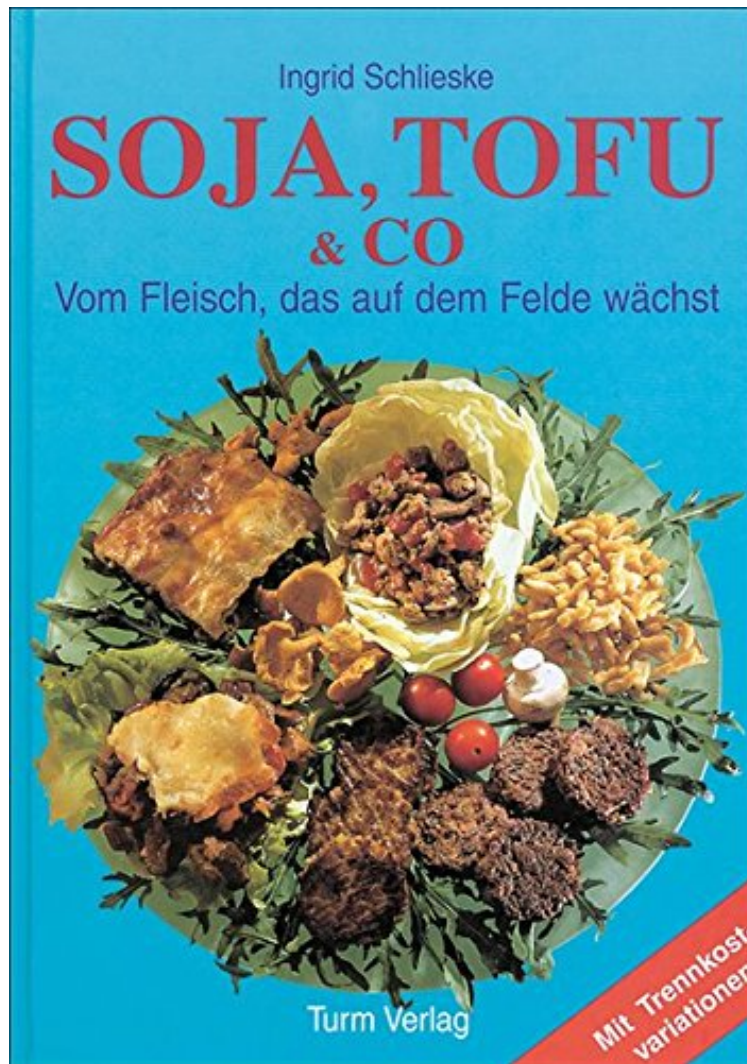


[Ebook free] Soja, Tofu Co.: Vom Fleisch, das auf dem Felde wchst

## Soja, Tofu Co.: Vom Fleisch, das auf dem Felde wchst

Von Ingrid Schlieske

ePub | \*DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrang: #216812 in BcherVerffentlicht am: 2000-04Abmessungen: 9.69 x .75b x 6.85l, Einband: Gebundene Ausgabe232 Seiten | File size: 26.Mb

**Von Ingrid Schlieske : Soja, Tofu Co.: Vom Fleisch, das auf dem Felde wchst** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Soja, Tofu Co.: Vom Fleisch, das auf dem Felde wchst:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen20 von 21 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein tolles KochbuchVon EinsteinDer Weg weg vom Fleisch und Abwechslung in der getreidelastigen Vollwertkche fhrte mich zum Thema Soja. Bei 6 damals fr mich zur Auswahl stehenden Bchern hat mich dieses Buch an zweiter Stelle bereits dermassen berzeugt dass ich es kaufte, ohne die restlichen vier auch nur geffnet zu haben! Die Begeisterung hlt bis heute an, denn der Reichtum an sehr guten Rezepten betrifft alles Erwartete. Ich kann dieses Buch jedem Interessierten nur besten Gewissens weiterempfehlen, es ist einzigartig und seinen Preis wirklich wert !28 von 30

Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. das kstlichste vergetarische Koch - und Informationsbuch. Von birgit.klueber@t-online.de Bereits seit vielen Jahren essen meine Familie und ich fleichloser. Dabei fiel es (mir)schwer, entsprechend abwechslungsnd und vor allem nicht mit einem berschuss an Kartoffeln, Nudeln, Reis und Getreide im weitesten Sinne zu kochen. Ich beschftige mich intensiv mit dem immens wichtigen Sure-Basen-Gleichgewicht des Krpers, weil ich wei und vor allem am eigenen Leib erfahren habe, dass ein bersuerter Organismus vielfltigste negative Auswirkungen hat. Daher war also Getreide kein Fleischersatz. Noch dazu wollten wir auf das fleischliches Aroma und Geschmackserleben nicht verzichten. "Fleischliche Gensse", ohne die bekannten Auswirkungen wren das Beste. Nur wie sollte ich das bewerkstelligen??? Guter Rat war teuer. Die einschlgigen Kochbcher gaben mir kaum Aussicht auf Besserung. Entsprechend neugierig begann ich mit der Lektre de Buches "Soja, Tofu und Co." und probierte sofort aus. Das Ergebnis war und ist grandios. Wir alle sind super begeistert ber die mannigfaltigen, vor allem kstlichsten Mglichkeiten. Gleichzeitig sind wir ausgezeichnet "basisch" versorgt. Ich kann nur jedem Menschen auf diesem Wege raten, mit den Rezepten aus dem erwhten Buch gleich seinen Speiszzettel zu bereichern. Gutes Gelingen und guten Appetit. Birgit Klber und Familie. 15 von 16 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Es lohnt sich in dem Buch zu stbern Von Ein Kunde Es ist ein schnes Buch mit vielen abwechslungsreichen Rezepten aus Sojaprodukten, die jedoch teilweise sehr viel Fett enthalten (wie die meisten Kochbcher, die die Trennkost vertreten). Aber das kann man umgehen, indem man einfach weniger Fett verwendet. Allerdings ist es kein vegetarisches Kochbuch, aus dem man immer kochen kann, denn im Grunde versuchen fast alle Gerichte herkmliche Fleischgerichte nachzuahmen, was auf Dauer einseitig ist. Man bekommt den Eindruck vermittelt, dass Vegetarier versuchen genau die Gerichte nachzukochen, die "Fleischesser" kochen, nur eben ohne Fleisch. Dennoch kann man sich durch viele Rezepte inspirieren lassen und diese nach dem eigenen Geschmack verndern.

Kurzbeschreibung Fleischlos leben hat mit Verzicht auf Genu nichts zu tun und von Hunger kann keine Rede sein. Nahezu alle Rezepte gehen zum vegetarischen Speiseplan. Sahnegeschnetztes, Kohlrouladen, Bouletten, Gulasch und vieles mehr kstlich zubereitet, da Familie und Freunde nicht ahnen werden, da ihnen Fleisch vom Felde serviert wird! Ingrid Schlieske prsentierte in ihrem Buch Rezepte, die sie alle persnlich ausprobiert hat und die jedermann leicht gelingen werden. Viele davon lassen sich ruck zuck auf den Tisch bringen und alle Rezepte enthalten Trennkost-Tips.